

МЕНЮ на 03.10.2025 г. интернат 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб.2025	150	4,61	2,16	6,29	0,00	25,27	174,93	93	27,07	111,7	0,59	38,98	43,48	0,13	0,09	0,39
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	70/20	8,77	5,15	5,67	0,46	23,60	180,99	206,5	25,87	157,4	1,05	41,16	47,6	0,69	0,08	0,14
Салат "Мазайка" №36, сб.2025	60	0,95	0,00	4,51	0,00	6,28	68,29	10,81	10,8	22,15	0,33	0	390,62	2,3	0,02	1,29
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'Завтрак'		19,63	10,22	19,94	0,79	96,84	637,85	435,9	97,11	408,6	5,6	92,14	503,77	3,5	0,26	6,34
обед																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем и зеленью №19	100	1,30	0,00	10,00	10,00	5,76	116,43	33,02	23,32	30,8	0,95	0	211,71	5,22	0,06	50,21
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Шницель № 99, сб. шк. 2025 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		28,18	14,70	25,57	11,28	106,23	757,88	354,9	125,7	340,6	5,12	141,5	505,03	6,4	0,74	77,64
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Итого за 'полдник'		9,68	6,15	9,29	0,02	37,85	270,35	20,56	16,57	95,7	1,4	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Ужин																
Плов фруктовый №221, сб. 2025	150	4,25	0,08	11,37	0,10	53,41	322,48	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Напиток грушевый №320, сб. 2025	200	0,30	0,00	0,21	0,24	31,37	119,96	14,06	8,39	11,18	1,67	0	1,61	0,32	0,01	1,61
Банан сб.2025г. ТК № 5	268	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Ужин'		8,26	0,08	12,76	1,51	137,27	664,38	73,23	151,4	180,4	4,46	53,1	817,33	2,59	0,16	25,17
Итого за день		65,75	31,14	67,55	13,60	378,19	2330,46	884,6	390,7	1025	16,6	307,7	1891,42	13,49	1,23	110,3

Зав.производством: Жа (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра Ж (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КППИ № 92
Б.Р.Баев

МЕНЮ на 03.10.2025 г. интернат с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2025	180	5,53	2,59	7,55	0,00	30,32	209,91	111,6	32,49	134,1	0,7	46,78	52,18	0,16	0,1	0,47
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат "Мазайка" №36, сб.2025	80	1,26	0,00	6,02	0,00	8,38	91,06	14,41	14,4	29,53	0,44	0	520,82	3,07	0,03	1,73
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за 'Завтрак'		21,90	10,65	22,83	0,92	110,73	727,68	461,1	110,4	449,7	6,09	99,94	642,67	4,47	0,3	6,85
обед																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем и зеленью №19	120	1,17	0,00	9,99	9,99	5,10	113,60	32,24	22,63	29,23	0,9	0	186,71	5,15	0,05	30,61
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Шницель № 99, сб. шк. 2025 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		31,88	16,09	27,05	11,56	119,17	837,51	364	135,6	372,6	5,66	144,6	538,42	6,51	0,79	58,97
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Итого за 'полдник'		9,68	6,15	9,29	0,02	37,85	270,35	20,56	16,57	95,7	1,4	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Ужин																
Плов фруктовый №221, сб. 2025	220	6,24	0,11	16,68	0,14	78,33	472,97	57,82	69,97	143,7	1,8	77,88	1131,77	1,9	0,08	2,29
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Напиток грушевый №320, сб. 2025	200	0,30	0,00	0,21	0,24	31,37	119,96	14,06	8,39	11,18	1,67	0	1,61	0,32	0,01	1,61
Банан сб.2025г. ТК № 5	268	3,30	0,00	1,10	1,10	49,94	210,10	17,6	92,4	61,6	1,32	0	44	0,88	0,09	22
Итого за 'Ужин'		10,49	0,11	18,11	1,60	163,73	821,98	92,92	175,4	231,9	5,17	77,88	1177,47	3,24	0,19	25,89
Итого за день		73,94	32,99	77,28	14,10	431,48	2657,51	938,6	438	1150	18,3	343,3	2423,86	15,23	1,35	92,84

Завпроизводством: Л (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра 2 (Кузьмина О.В.)

Утверждаю,
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92

Б.Р. Басов

МЕНЮ на 03.10.2025 г. школа 7-11 лет

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2025	150	4,61	2,16	6,29	0,00	25,27	174,93	93	27,07	111,7	0,59	38,98	43,48	0,13	0,09	0,39
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	60/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5
Итого за 'Завтрак'		17,82	10,22	15,82	1,18	85,73	547,36	436	91	384,9	5,97	92,14	121,4	1,24	0,26	17,55
обед																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем и зеленью №19	100	0,94	0,00	7,99	7,99	4,08	90,88	25,79	18,1	23,39	0,72	0	149,37	4,12	0,04	24,48
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Шницель № 99, сб. shk. 2025 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	150	3,05	0,68	4,76	0,00	21,68	140,54	35,6	28,4	83,2	1,03	21,29	43,08	0,18	0,12	10,38
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	100	8,00	5,12	7,72	0,00	23,92	196,03	16,92	13,81	79,75	1,14	17,45	54,41	0,84	0,06	0,93
Итого за 'обед'		32,79	19,69	30,06	9,00	109,02	826,06	357,6	128,7	398,3	5,89	154,7	488,53	6,09	0,75	50,77
Итого за день		50,61	29,90	45,88	10,18	194,75	1373,42	793,6	219,8	783,3	11,9	246,8	609,94	7,33	1,01	68,32

Завпроизводством: Ж (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра К (Кузьмина О.В.)

Утверждаю
Директор ГБОУ Уфимская КШИ № 92
Б.Р.Баев



МЕНЮ на 03.10.2025 г. школа с 12 лет и старше

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2025	180	5,53	2,59	7,55	0,00	30,32	209,91	111,6	32,49	134,1	0,7	46,78	52,18	0,16	0,1	0,47
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	80/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Яблоки ТК № 5 сб. 2025г.	165	0,66	0,00	0,66	0,66	19,14	80,32	26,4	14,85	18,15	3,63	0	8,25	0,33	0,05	16,5
Итого за 'Завтрак'		18,75	10,65	17,08	1,18	90,78	582,34	454,6	96,42	407,3	6,09	99,94	130,1	1,27	0,27	17,63
обед																
Салат из свежих помидоров со сладким перцем и зеленью №19	120	1,17	0,00	9,99	9,99	5,10	113,60	32,24	22,63	29,23	0,9	0	186,71	5,15	0,05	30,61
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Шницель № 99, сб. шк. 2025 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Итого за 'обед'		38,47	22,24	35,99	11,23	129,19	980,74	385,4	153,5	474,2	7,18	165,5	603,79	7,54	0,86	60,09
Итого за день		57,22	32,88	53,07	12,42	219,98	1563,09	840	249,9	881,5	13,3	265,4	733,89	8,81	1,13	77,72

Завпроизводством: _____ (Хурматуллина Р.М.)

Медсестра _____ (Кузьмина О.В.)